

臺南市下營區公所性別意識培力課程成果報告

辦理機關單位	臺南市下營區公所、臺南市六甲區公所、臺南市官田區公所、臺南市麻豆區公所、臺南市柳營區公所、臺南市新營區公所、臺南市鹽水區公所、臺南市後壁區公所、臺南市白河區公所
辦理日期	109年07月27日
課程名稱	人生翹翹板-平衡工作、家庭、生活與性別友善
參訓對象	公務人員及約聘、僱人員
授課講師	臺南大學呂孟育諮商心理師
參訓人數	男：16人 女：24人 共計40人
課程內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學習如何透過性別友善讓工作、家庭與生活達到平衡。 2. 覺察目前自身生活所扮演的各種角色，及對於各角色的比例分配，了解目前生活角色對自身的優先順序。 3. 學習在扮演生活角色的自我照顧方式，進而能與壓力、情緒共存。
課程進行方式	演講、設計課後評估或滿意度調查問卷
活動照片	